

家庭・生活

ジャンル	登録番号	講師氏名	生まれた年	居住地域	資格等	活動内容等	指導事例	対象人数	対象者	学校への支援	対象地域	時間帯	費用
料理・栄養	第42号	(ナカ ヒロキ) 中野 弘毅	昭和39年	山口県 岩国市		昔ながらの手間をかけた漬物造りの講義と腸内環境を整え、免疫力を高める為のぬか床造り体験学習にて、50タッパーでぬか床をお持ち帰りができます。笑いが免疫力を高めます。面白く楽しく楽しい講座になります。 山口県岩国市の老舗うまもん株式会社で培った40年の経験を活かし、手間をかけた漬物造りの講義やぬか床造り体験学習では、1万人以上の体験者実績があります。愛知県では豊田市保見交流館、豊田市高岡農村環境改善センター、小牧市公民館、蟹江町シルバー人材センターなどで講座をしました。	会場：(長机のある会場) 準備物：(なし(教材費1人2000円)) 指導の流れ：(およそ90分) ①漬物造りの講義(40分) ②ぬか床造り体験(50分)	10人以上 46人以下	特にこだわらない	—	市内全域	曜日指定なし 時間指定なし	有償(回) 1,000円~2,500円未満
防災	第43号	(オウツキ ユキオ) 大塚 幸穂	昭和39年	清須市	・二等無人航空機操縦士(マルチ/夜間/目視外) ・二級小型船舶操縦士 ・二級陸上特殊無線技師 ・レーダー級海上特殊無線技師 ・航空特殊無線技師 ・機械状態監視技術社(振動-CAT-II、トライボシCAT-II) ・毒劇物取扱責任者(一般) ・ガス溶接技師 ・危険物取扱者-丙種 ・民間資格:ドローン減災士、名古屋市消防/上級救命講習-修了	子供向け: 飛行機/ヘリコプター/ドローンの飛行原理や活用事例などの紹介。可能であればドローンを飛ばしての実演(体育館内であれば尚可) 学生向け: クラブ活動などでの航空分野での勉強会や研究などへのアドバイスなど。 ドローンを使った地域活動や防災活動への助言 一般向け: 受講者所有のドローンを飛ばすに当たり、飛行や撮影に関する個別指導(企業/公共でも可) ホームページ: https://www.instagram.com/air3_aviator/ 二等無人航空機操縦士取得後は「ドローンと防災」に関心を持ち、非常時における無人航空機の運用について日々研鑽及び各所へ働き掛け。 企業様における防災訓練時にドローンを使った現場情報と臨機応変な指示訓練を提案し定型的な防災訓練からリアルな自理想定をした訓練を提案し、訓練時には空撮を支援しています。	会 場:(教室/体育館/河川敷など) 準備物:(モニター/プロジェクタ/ドローン) 指導の流れ:およそ(60~120分) ①座学(4~60分) ②実演/実技(60分)	1人以上10 人以下 ※内容により 応相談	特にこだわらない	可	市内全域	曜日指定あり (水、土、日曜日希 望)事前打ち合わせ に依る 時間指定なし	無償 実費程度 有償(応相談)
理容・美容	第45号	(クホタ レイ) 窪田 礼	平成8年	稲沢市	健康管理士一般指導員 健康管理能力検定1級 上級カイロプラクター	◆活動内容 姿勢改善を目的とした生活習慣の指導を行い、シニア世代の健康寿命の延伸を目指す。 ◆講座例:『正しい姿勢と健康体操教室』 回数:全2回(週1回・90分) 内容:姿勢チェック/正しい立ち方・座り方/自宅でできる簡単ケア/生活習慣のポイントなど 実技を中心に、参加者同士が和気あいあいと交流しながら学べるプログラムです。 個々の身体のクセを把握し、一人ひとりに合わせたアドバイスも行います。 ホームページ: https://total-health-support-sherpa.com/	会 場:名古屋芸術大学アートスクエア 準備物:配布資料、プロジェクター 指導の流れ:およそ90分 ①姿勢と健康の関係について説明 15分 ②良い姿勢について 10分 ③姿勢のセルフチェック 30分 ④姿勢を改善/維持する方法 20分 ⑤まとめ/振り返り/質疑応答 15分	人数に関 係なく 可能	特にこだわらない	可	市内全域	曜日指定なし 時間指定なし	実費程度 有償(回) 5千~1万円未満 有償(日) 1万円~
料理・栄養 理容・美容 出産育児	第47号	(ヤマガチ サチコ) 山口 幸子	昭和39年	清須市	健康管理士一般指導員 健康管理能力検定1級	食べた物で身体は作られます。「食べる事は生きる事」「生きる事は食べる事」です。肌・心・身体は繋がっているため、美容と健康には深い関連性があります。コロナ・インフルエンザ・糖尿病などの生活習慣病の予防の為に、免疫力アップは重要です。腸内環境を整える事で肌・心・身体が変わります。正しい腸活方法をお伝えします。 最初の子を流産し、男の子2人・女の子2人・計4人を育てました。お産の時に歩けない身体になり、2ヶ月以上入院し、とても辛くて痛い経験をしました。特殊な経験をしています。この辛かった経験をお話させて頂ける事で、生かしたいと思っております。		人数に関 係なく 可能	特にこだわらない	可	市内全域	曜日指定なし 時間指定なし (事前の打ち合わせ で決めさせて下さ い。)	無償 有償(内容によって必要 な場合のみ)
保健衛生	第50号	(ニワ テルミ) 丹羽 てる美		名古屋市	・英国予防医学機関 健康運動指導士協会 公認 フェイスエクササイズ インストラクター ・日本睡眠協会機構 上級 睡眠健康指導 士 ・日本メンタルヘルス協会公認 心理カウ ンセラー ・絵本セラピスト協会認定 絵本セラピスト ・WRAP(元気回復行動プラン)ファシリテ ーター など <学会所属> ・スマイルサイエンス学会 ・日本睡眠学会 ・日本睡眠環境学会	※基本的に楽しく分かりやすくお伝えする講演会、研修、講座です。 ※下記時間やご要望に応じて変わります。 <笑顔のチカラ> “笑顔×聴く×伝える”3つのチカラでつながるコミュニケーション ・笑顔のチカラについて脳科学をもとにお伝えします ・笑顔のチカラを発揮するための習慣 ・傾聴力のスキルアップ ・人間関係を円滑にする「言葉の力」を磨く ・好印象を持たれる笑顔体操 他 <睡眠のチカラ> 年代に合わせて正しい睡眠の知識を学び、生活習慣を改善して元気に過ごしましょう ・私たちはなぜ眠るのか?どれくらい眠れば良い?(眠りの役割、仕組みについて) ・睡眠のチカラ(免疫力や肥満との関係、認知症予防、記憶力・運動能力を高める、日中のパ フォーマンスを高めるなど) ・生活習慣を見直して質の良い眠りを手に入れましょう。 ホームページ: ★企業様向け 講演会・研修HP https://egaonohana-39.jimdofree.com/ ★学校・団体様向け 笑顔・睡眠講演会、講座HP https://egao-magic.jimdofree.com/	会場:豊田市政職員会館 準備物:プロジェクター、スクリーン、HDMIケーブル、ワイヤレスマイク含む音響設備 指導の流れ:およそ90分 【笑顔のチカラ研修】 内容: ①聴くチカラ・話すチカラ(30分) ・表情やしぐさの影響 ・傾聴スキルのブラッシュアップ ・言葉のキャッチボールで育む人間関係 ・言葉の力が未来を変える/ワークショップなど ②笑顔のチカラ(25分) ・笑顔のチカラを科学的に学ぶ ・自然でやさしい笑顔作り「表情筋を意識する」 ・顔のダイナミックストレッチ、ウンパニ体操 ③実践!笑顔のチカラを活用してみよう(30分) ④まとめ(5分)	人数に関 係なく 可能	特にこだわらない	可	市内全域	指定なし	有償(回) 3万円~

家庭・生活

消費生活	第51号	伊奈井 乾 尚起	昭和47年	岩倉市	1級ファイナンシャル・プランニング技能士 CFP®認定者	<ul style="list-style-type: none"> ・[資産運用(投資(株式・債券)、NISA、iDeCo等)]について詳しく説明 ・物価高に負けない賢い投資方法や生活防衛術 ・「現在の生活」「転・退職後のセカンドライフ」「老後」のお金に関する分からないことやお困りことなどの疑問・質問に親切丁寧にお答えします。 <p>ホームページ: https://fp-inuikane-sodan.amebaownd.com</p>	<p>会場: 半田市福祉文化会館・国際センター・ウインクあいち等の施設</p> <p>準備物: テキスト(レジュメ)</p> <p>指導の流れ: およそ90~120分</p> <ul style="list-style-type: none"> ・60代から始めるマネー&ライフプラン(120分) ・新NISAを活用した資産形成(90分) ・災害に備える~リスクに強い家計作り~(90分) ・「ふるさと納税」活用術(90分) 	人数に関係なく可能	特にこだわらない	可	市内全域	曜日指定なし 時間指定なし	<p>有償(時間) 1000~2500円未満</p> <p>※人数・時間により応相談</p>
消費生活	第52号	大野 亮子	昭和58年	岩倉市	2級ファイナンシャル・プランニング技能士 簿記2級	<p>お金の学び、「お金」を知ろう講座</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. お金の正体 2. 「稼ぐ」ことの意義 3. 上手な使い方、付き合い方 <p>※投資のアドバイス、保険の紹介不可 ※親子向け、子供向け、アレンジ可 ホームページ: https://fpde-rouhi.com</p>	<p>会場: 公民館等の会議室</p> <p>準備物: テキスト、スライド</p> <p>指導の流れ: およそ90分</p>	20人以下	特にこだわらない	可	市内全域	要相談	<p>実費程度 有償(時間) ~5000円未満</p> <p>※人数・時間により応相談</p>